"ECKHART TOLLE – TREZIREA

Interviu de Paula Coopella Unity Village, in 8 octombrie 2008

In recenta sa vizita la Unity Village, autorul unor carti exceptionale si invatatorul spiritual, Eckhart Tolle, ne-a vorbit despre viata sa, procesul sau de trezire si invataturile sale, care schimba lumea.

I: In "Puterea prezentului", ati descris modul dramatic in care v-ati trezit. Exact, ce credeti ca vi s-a intamplat?

R: Timp de multi ani am fost profund identificat cu gandirea si cu dureroasele si puternicele emotii care se acumulasera in mine. Gandirea mea era intr-o mare masura negativa si simtul identitatii personale era si el intr-o mare masura negativ, desi studiind din greu, incercasem sa-mi dovedesc mie insumi si lumii, ca eram suficient de bun. Dar chiar dupa ce am dobandit succesul academic, am fost fericit doua, trei saptamani si apoi depresia si anxietatea au revenit.Noaptea aceea (cand a inceput procesul schimbarii), a fost o dez-identificare de acest vis neplacut al gandirii si al emotiilor dureroase. Cosmarul devenise de nesuportat si asta a initiat separarea constiintei de identificarile sale cu forma. M-am trezit si brusc mi-am dat seama de mine insumi ca „Eu sunt" si asta a fost profund linistitor.

I: In carte ati scris ca un gand cristalizat a precedat acest moment : „Eu nu mai pot trai cu mine insumi". Spuneti-ne despre asta.

R: Este interesant ca iesirea din gandire a fost declansata, de fapt, de un gand. In acel moment, constiinta a privit gandul „Eu nu mai pot trai cu mine insumi" si mi-am dat seama ca sunt doi: „Eu" si „mine insumi" cu care nu mai puteam trai. Apoi a aparut un alt mic gand: cine este acest sine cu care nu mai pot trai? Dar nu a fost nici un raspuns, asta a fost ultima intrebare. Apoi nu a mai contat. Aceasta pace mi-a schimbat si perceptia despre lumea formei, lumea exterioara. Cand m-am sculat a doua zi, totul era minunat, extrem de viu si linistit.
Fara a mai percepe lucrurile prin vechiul filtru al conceptiilor si conditionarilor trecute, se poate simti ca universul este extrem de viu, chiar si asa-zisele obiecte neinsufletite. Adesea iau mici obiecte in mana si doar le privesc si simt ca sunt vii. Fizicienii au confirmat ca ceea ce noi percepem ca materie moarta, nu este deloc moarta. Totul este un camp energetic extrem de viu. Aceasta caracteristica este doar un aspect al vietii vii, care sunt eu.

I: Continuati sa traiti in starea de pace si beatitudine pe care ati experimentat- o dupa trezire?

R: In esenta, da, pacea este acolo continuu. Exista variatii ale intensitatii. Initial a fost o experienta intensa pentru mult timp – saptamani, luni, ani. Era un fel de beatitudine, dar era asa,

doar in contrast cu ceea ce fusese mai devreme. Acum, acel tip de pace este ceva normal. De indata ce beatitudinea a devenit normala, nu mai este beatitudine, este doar pace.

I: Trezirea a fost dramatica si permanenta. Cei mai multi dintre noi incearca sa ajunga acolo, pas cu pas. Inca trebuie sa ne surprindem cand judecam, sau cand ego-ul actioneaza si sa ne amintim sa lasam asta sa treaca. Trebuie sa va mai reamintiti, vreodata, asemenea lucruri, sau traiti consecvent in constiinta inalta, fara a mai trebui sa va corectati cursul vietii?

R: Ei bine, au trecut ceva ani pana cand transformarea sa fie pe deplin integrata in viata mea. La inceput, pe plan exterior, viata mea a continuat ca si cum nu s-a petrecut nimic important, desi exista o schimbare. Lucrurile veneau in viata mea fara nici un efort, cateodata la o scara mica, sau pe una mai mare. Dar imi continuam vechea mea viata, crezand ca lumea academica inca era calea mea. Am fost acceptat la Cambridge si din nou asta a venit fara efort, iar pentru un timp mi-a facut placere. Apoi, treptat, am observat o greutate apasatoare, deoarece toti cei din jur erau in ego-urile si mintile lor. Asa ca mi-a luat ceva timp, pana cand am fost pregatit sa-mi dau seama ca „nu aici imi este menit sa fiu!" Aproape ca, in acel moment, ajunsesem din nou in starea de nefericire. A trebuit sa ma readuc inapoi la momentul prezent. Era ca si cum mintea ma tragea de maneca, spunandu-mi „Vino pe drumul asta catre nefericire". A trebuit sa spun „Nu, nu merg acolo".

I: Practica dumneavoastra spirituala cuprinde rugaciunea si meditatia, sau este mai mult o stare de a fi?

R: Este mai mult o stare de a fi. Eu nu ma rog pentru ceva, dar in trecut am folosit de cateva ori afirmatii. De fapt, sunt mai aproape de intelegerea ca, pe un anumit nivel,lucrurile s-au intamplat deja.De exemplu, inainte de a scrie „Puterea prezentului", am avut o viziune ca deja scrisesem cartea si ca aceasta influenta lumea. Am avut un simtamant ca deja exista o carte, undeva in existenta. Am desenat un cerc pe o foaie de hartie si i-am spus „carte". Apoi am scris pe ea ceva despre efectul pe care l-a avut cartea asupra lumii, cum a influentat viata mea si viata altor oameni si cum a fost tradusa in multe limbi, influentand sute de mii de oameni. Dar nu am tras cercul pentru ca am vrut ca asta sa se intample – a fost mai degraba ca si cum scriam pe acea foaie de hartie, ceea ce simteam ca este deja o realitate pe un anumit nivel. Asta este ceea ce cred ca oamenii ar numi materializare si vizualizare adevarata. Nu lucreaza prea puternic, daca ganditi ca aveti nevoie sa aduceti ceva sau sa atrageti ceva catre voi. Lucreaza cel mai puternic, atunci cand va dati seama ca acel lucru este deja o realitate, pe un plan nevazut. Exista deja acolo. Si, atunci cand va dati seama pe deplin ca este deja o realitate, simtiti puterea acestui lucru. Atunci, sentimentul pe care il aveti cand priviti o harta a comorilor, nu este diferit de cel pe care il aveti in momentul in care se materializeaza.

I: Multi oameni cauta ceea ce ati numit „celalalt scop al lor" – ceea ce ar trebui sa faca cu vietile

lor. Ce relatie exista intre acesta si „scopul interior”?

R: Chiar daca va indepliniti scopul exterior, asta nu va va satisface niciodata, daca nu v-ati descoperit scopul interior, care este trezirea, a fi prezent, a fi centrat in viata. Adevarata putere izvoraste din prezenta, este chiar prezenta. Unii oameni sunt chemati sa faca lucruri marete in exterior, in aceasta lume, prin crearea unei noi structuri ce reflecta constiinta lor care se trezeste. Alti oameni – pe care ii numesc sustinatorii frecventei – nu sunt chemati sa iasa in lume si sa creeze lucruri mari in exterior. Scopul lor este sa lase constiinta proprie sa curga in tot ceea ce fac – sa faca totul, intr-o maniera sacra. A face totul intr-o maniera sacra, inseamna a face totul, fiind pe deplin in starea de prezenta. Orice faceti, indiferent cu ce lucrati, indiferent daca este lucru manual, vorbiti cu oamenii sau vindeti ceva, fiecare lucru marunt cuprinde puterea si simplicitatea prezentului.
De asemenea, starea de constienta a acestor oameni se raspandeste nu numai catre toti cei cu care vin in contact, ci schimba si constiinta colectiva, pe un nivel nevazut.
In cele din urma, fiecare mare realizare consta in mici pasi. Ridicati receptorul si vorbiti cu cineva. La celalalt capat raspunde cineva si spuneti ceea ce aveti de spus. Asa percep eu viata mea. Nu ma vad: „O, fac lucrul asta maret ,deoarece voi tine o conferinta si toata lumea se va transforma.” Daca as fi avut aceste ganduri, as fi trait stresat, deoarece mintea ar fi spus imediat: „Dar daca nu va fi ca o inspiratie pentru ei si nu se vor transforma?” Astfel, realitatea este acolo, este doar fiecare moment prezent: ti se cere sa tii o conferinta. Iesi dintr-o cladire si te sui intr-o masina. Te uiti pe fereastra. Ajungi la adresa. Stai pe un scaun. Astepti. Te urci pe scena. Fiecare moment e simplu. Exista doar asta.

I: Multi oameni spun ca sunt nefericiti si totusi nu doresc sa se schimbe. De ce raman oamenii legati de nefericirea lor?

R: Deoarece sinele nefericit, sau „eu cel nefericit”, a devenit o parte din simtul lor de sine, sau identitatea lor. Acesta le spune continuu cine sunt, sau cat de nefericiti sunt. Ei nu vor sa-i dea drumul, deoarece le este frica ca isi vor pierde simtul lor de sine. Ei au nevoie sa li se arate ca miscarile mintii nu inseamna cine sunt ei. Pentru unii oameni este inceputul unei treziri, atunci cand aud sau citesc: „Aveti o voce in capul vostru, care nu tace niciodata. Ati observat asta?” Si brusc isi dau seama ca gandurile le trec prin cap, in timp ce inainte erau atat de identificati cu ele, incat ei erau acele ganduri.

I: Deci, un mod de a ne ajuta pe noi si pe altii este sa observam ca acestea sunt doar ganduri si sa practicam observarea, mai degraba decat atasarea de ele?

R: Da. Inseamna ca toti cei care citesc acest interviu si gasesc ca el are un sens, s-au trezit deja. Trezirea nu s-a produs inca pentru toti cei care citesc acest interviu si, de aceea, considera ca este de neinteles. A recunoaste adevarurile fundamentale ce sunt exprimate prin aceste cuvinte,

inseamna ca acea mica deschidere trebuie sa fie acolo deja, in interiorul vostru, deoarece doar acolo puteti recunoaste. Gandirea singura nu poate recunoaste adevarurile spirituale, indiferent cat de dezvoltata este mintea. Este imposibil. De aceea, foarte des exista oameni educati ce lucreaza in domeniul media si care studiaza cartile spirituale, dar care sunt atat de identificati cu procesul gandirii lor, incat nu prind esenta. Ei scriu recenzii sau articole despre aceste carti si nu le inteleg. Nu pot vedea esenta. Nu e vina lor – nu este despre ei personal. Este vorba de conditia umana si starea de identificare cu mintea. Inteligenta, in sine, nu ajuta. Puteti avea doua sau trei doctorate, dar asta nu va apropie cu nimic de realizarea spirituala. De fapt, s-ar putea sa va indeparteze.
Un mod de a va indrepta privirea catre trezire este ca, atunci cand va ganditi ca aveti probleme mari, sa va intrebati: „Ce problema am in acest moment?" De obicei gasiti ca nu aveti o problema in acest moment, deoarece stati aici si respirati, va uitati pe fereastra si este bine. Este suficient aer. Chiar ati si mancat suficient, astazi. Si chiar daca nu ati mancat suficient astazi, chiar si asta nu ar fi o problema, dar poate ar fi o incercare. Astfel, incercarile exista, dar problemele sunt facute de minte. Incercarile sunt ceva ce pot fi abordate doar in momentul prezent si solicita actiune.
Astfel, daca nu aveti bani, puteti sa va folositi mintea si sa spuneti: „Ce actiune sa intreprind?" Apoi deveniti linistiti. Sa nu va folositi mintea, fara aceasta liniste, deoarece, daca incepeti sa va ganditi fara linistea interioara, s-ar putea ca foarte curand sa va pierdeti pe voi in minte si asta se transforma in ingrijorare. Ingrijorarea inseamna ca mintea va controleaza. Ea este intotdeauna fara sens. Din ingrijorare niciodata nu apare o solutie.

I: Desi ne spunem ca ingrijorarea este un lucru productiv, eficient!

R: Da, mintea va va spune ca trebuie sa va ganditi la asta, altfel totul se va prabusi. Dar, de fapt, activitatea necontrolata a mintii este ceea ce va opreste de la a gasi solutia. Gasiti o solutie, doar atunci cand iesiti din ea, deveniti linistiti si va dati seama ca, in acest moment, nu exista o problema. S-ar putea ca, datorita faptului ca ati fost in taramul linistii, sa va vina realizarea brusca a ceea ce puteti face, sau a ceea ce trebuie sa faceti, atunci cand nu o cautati.

I: Este starea aceasta similara cu ceea ce spun oamenii: „Cele mai bune idei imi vin cand sunt la dus"?

R: Bineinteles ca multi oameni sunt in minte, chiar si atunci cand fac un dus, dar unii sunt capabili sa se bucure de dus si sa aiba un moment de spatiu si liniste, si astfel le vine o idee, un gand original. Deci, trebuie sa fiti capabili sa pasiti in dimensiunea fara gandire, pentru ca gandirea sa devina puternica si asta inseamna sa fiti pe deplin prezenti.
Cand sunteti in contact cu Prezenta, va simtiti acasa, oriunde ati fi. Si daca nu sunteti asa, atunci indiferent de unde va duceti, simtiti intotdeauna ca ceva nu este cum trebuie. Chiar si asa-zisele situatii ideale au limitarile lor. Ati putea spune „Vreau sa fiu ca Oprah". De indata ce sunteti ca

Oprah, veti descoperi ca nu mai puteti sa iesiti singuri in lume, sa mergeti la cumparaturi, sau sa va plimbati pe strada, deoarece sunteti asaltat de oameni. Deci, brusc apare o limitare in viata si mintea spune: „O, imi doresc ca asta sa nu se fi intamplat”.

I: Cum arata o relatie intre doi oameni treziti?

R: Exista o lipsa a asteptarii ca celalalt ar trebui sa te implineasca sau sa te faca fericit. Fara aceasta cerinta, exista o deschidere unde, pur si simplu, te poti bucura de celalalt si sa-i accepti limitele. Orice fiinta umana in forma umana are propriile limite. Te poti casatori cu Buddha si dupa cateva luni vei descoperi forma umana a lui, deoarece si el are limitele sale. S-ar putea ca sa existe lucruri la Buddha, la care mintea ta sa reactioneze si sa te irite. De exemplu: „De ce sta acolo si mediteaza?”
Atunci cand accepti limitele celuilalt, devine un dans intre doua forme si o intelegere ca esenta relatiei este spatiul din relatie. Astfel, intrebarea care este nevoie sa vi-o puneti intotdeauna este: „Exista spatiu in aceasta relatie?” Spatiul inseamna, in mod real, nivelul de cunoastere si constienta sau prezenta, nu gandirea. Deci, puteti sa va priviti partenerul si sa nu ganditi? Doua fiinte constiente isi dau seama ca esenta unei relatii este spatiul din ea. Chiar si cand exista un strat de ego, nu e prea dens sau prea greu sa simtiti esenta de dedesubt. Nu e nevoie sa reactionati la stratul de ego. Cand nu reactionati la el, nu-i dati forta.

I: Adesea vorbiti de constienta animalelor. Considerati ca animalele au un grad mai mare de constienta decat oamenii?

R: Nu mai mare, dar adesea spun ca animalele sunt mai aproape de Dumnezeu, decat oamenii. Sunt mai aproape de sursa. Oamenii sunt mai pierduti in formele mentale. Fiinta lor le este mai obscura, nedeslusita, datorita invelisului de ego si a structurii mentale.
Eu numesc animalele „paznicii fiintelor”, mai ales animalele care traiesc alaturi de oameni. Pentru multi oameni, prin acest contact cu animalele, ei ating nivelul de fiinta.
Este in destinul nostru sa nu ne intoarcem la nivelul animalelor de unde am venit, ci sa ne intoarcem la fiinta, trecand dincolo de gandire. Animalele sunt la un nivel anterior ratiunii. Ele nu s-au pierdut in ganduri. Noi ne ridicam deasupra gandirii si apoi ne intalnim din nou cu animalele, acolo unde si noi si ele suntem in non-gandire. Exista o conexiune adanca.
Constiinta animalelor incepe sa se schimbe si ea, atunci cand interactioneaza cu un om care a trecut dincolo de gandire. Nu numai animalele ne sprijina, si noi le ajutam pe ele. Bineinteles ca animalelor le place sa fie aproape de oameni, mai ales cand acestia trec prin procesul de schimbare in constiinta.

I: Cum ne ajuta faptul ca suntem mai constienti, la abordarea intamplarile tragice din viata personala si din lume? Exista acolo un element de credinta ca dintr-o tragedie personala se va naste si ceva bun?

R: Da, atunci cand formele incep sa se naruie – forma fizica, o forma externa, situatia de viata, relatiile, orice – intotdeauna exista o ocazie de patrundere in profunzime. Prin aprofundare inteleg ridicarea dincolo de forme a celui care sunteti. Uneori, oamenii trebuie sa experimenteze o mare pierdere, pentru a intra, cu adevarat, in profunzime.
Atunci cand se petrece o mare pierdere – moartea cuiva apropiat, sau apropierea de propria moarte – este o ocazie de a iesi complet din identificarea cu forma si de a realiza esenta a cine sunteti sau ca esenta oricui care sufera sau moare este dincolo de moarte.
Asta nu inseamna ca nu aveti compasiune. Compasiunea are doua aspecte. Cand vedeti in jurul vostru forma umana suferind sau dizolvandu-se aveti empatie la nivel uman. Impartasiti suferinta deoarece aceasta este in relatie cu aspectul efemer al formei. Dar daca acesta este singurul nivel care activeaza in voi, nu treceti de suferinta. Doar la nivelul fiintei, realizati ca cine sunteti in esenta, este dincolo de forma si cine este cealalta persoana in esenta, este dincolo de forma. Aceasta intelegere nu este intelectuala, este o perceptie sau sentiment. Apoi, priviti cealalta fiinta umana si suferinta si poate ca plangeti, dar dedesubtul ei exista pace si putere.
Acea pace si putere reprezinta, de asemenea, aspectul care aduce uneori vindecarea.
S-ar putea sa vindece forma, sau s-ar putea sa vindece cealalta persoana, in sensul ca cealalta persoana intra in contact cu nivelul ei mai adanc. Aceasta este vindecarea cea mai importanta – sa intelegi cine esti. Vindecarea pe planul exterior e buna, dar nu este esenta vindecarii.

I: Ceea ce spuneti este similar cu modul in care ne rugam in slujba Unitatii Tacute. Cand oamenii ne suna, le reamintim cine sunt cu adevarat. Le aratam acea esenta neatinsa a constiintei lui Dumnezeu care exista in ei.

Ati spus in transmisia in direct cu Oprah: „Lumea nu exista ca sa va faca fericiti. Ea este aici, ca sa va faca constienti.” Oare aceasta neintelegere reprezinta radacina suferintei umane?

R: Daca oamenii cred ca lumea este aici pentru a-i satisface pe ei, ori de cate ori incep sa-si atinga limitele, vor deveni din nou nefericiti. Ei nu-si dau seama ca lumea – si prin asta vreau sa spun orice din lumea formei, forma fizica, unele forme mentale sau forme emotionale – nu le poate da implinire durabila, satisfactie, sau sa le spuna cine sunt. Ei nu-si dau seama ca ceea ce cauta este pe nivelul fara de forma. Ei cauta la nivelul formei si asta duce la frustrarea din existenta umana.
Astfel, lucrul important de care trebuie sa va dati seama este ca lumea nu e aici pentru a va face fericiti. Cand nu pretindeti ca situatia, locul, sau persoanasa va faca fericiti, atunci, de fapt, situatia, locul, sau persoana va satisfac pe deplin.

I: Invataturile dumneavoastra contribuie la o schimbare globala in constiinta. Cum percepeti ce se intampla?

R: Un numar imens de oameni trec prin procesul de trezire – unii in etapele initiale, altii in cele finale si e minunat sa vad asta. Ia ceva timp pana cand procesul se va filtra prin structurile economice, politice si sociale. Tendinta oamenilor care conduc aceste structuri este sa fie inca total identificati cu ego-ul. Deci, va lua ceva timp pana va ajunge la politicieni ... desi, cine stie? Ocazional, deja apar unii politicieni relativ constienti si exista si oameni normali, cu bun simt (comparativ cu politicienii inconstienti de dinainte).

I: Faptul ca se petrece aceasta trezire transmite un simtamant de speranta pentru lume?

R: Da. Intrebarea este: „E nevoie ca vechea constiinta sa continue, pana cand va duce la propria prabusire prin haos si naruire? Sau noua constiinta ce se ridica poate sa inlocuiasca treptat vechea constiinta, fara distrugeri excesive?”
Nu cunosc raspunsul. Va trebui sa asteptam si vom vedea.

Tot ceea ce putem face este sa ne asumam responsabilitatea pentru propria viata."